

image not found or type unknown



El efecto punto ciego

Kelly Boys

Fecha de publicación:
21/05/2019

Cuando miramos de verdad todo cambia para mejor.

Sello Editorial:
Zenith

¿Qué pasaría si pudieras ver las creencias, las emociones y los filtros de percepción que conforman tu vida? A muchos de nosotros, esto nos provoca miedo e intriga a la vez. Pero si lo exploras con amabilidad y curiosidad, puede ser el esfuerzo que más te cambie la vida. A través de investigaciones emergentes en los campos de la psicología y la neurociencia, historias personales y muchos ejercicios y prácticas guiadas, este libro te ayudará a entender cómo adquirimos puntos ciegos perceptuales, emocionales y cognitivos, cómo los podemos sacar a la luz y cómo trabajar con ese nuevo conocimiento.

Contacto de prensa

Nombre: Paloma
Cordón

Teléfono: 93 492 86
33

Email:
pcordon@planeta.es

Kelly Boys

KELLY BOYS es consultora en mindfulness y la fundadora de Mindfulness Monthly. Imparte cursos de meditación e inteligencia emocional en empresas tecnológicas, así como a veteranos de guerra, presos, trabajadores humanitarios y psicoterapeutas, entre otros.